**EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE O CONSUMO DE BEBIDAS ADOÇADAS EM UMA UNIDADE DE ENSINO SUPERIOR APLICANDO O ARCO DE MARGUEREZ.**

**José Fabricio Martins Viana**

Discente do curso de bacharelado em Nutrição da Faculdade Uninta Itapipoca-CE, E-mail: jfmv2011@gmail.com.

**Gizelly Alves Aguiar Barroso**

Discente do curso de bacharelado em Nutrição da Faculdade Uninta Itapipoca-CE.

**Maria Lara Kelly Barbosa Castro**

Discente do curso de bacharelado em Nutrição da Faculdade Uninta Itapipoca-CE.

**Francisco das Chagas do Nascimento Neto**

Docente do curso de bacharelado em Nutrição da Faculdade Uninta Itapipoca-CE.

**Introdução:** O elevado consumo de bebidas adoçadas está associado a maior risco de obesidade na infância e na vida adulta, pois, tais bebidas, apresentam alta densidade calórica em pequenas porções. De acordo com a Organização Pan-americana de Saúde (OPAS), cerca de 60,3% da população brasileira está com excesso de peso, sendo o consumo excessivo de açúcar uma das principais causas da obesidade, pois de acordo com as pesquisas, cerca de um em cada quatro adolescentes consome refrigerantes ou sucos artificiais ao menos 5 vezes por semana, onde essas bebidas estão presentes em 44% dos almoços, 30% dos jatares e 9% dos cafés da manhã dos brasileiros. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma educação em saúde voltada ao consumo de bebidas adoçadas baseada no Arco de Marguerez. **Método:** Trata-se de um relato de experiência baseado na metodologia do Arco de Marguerez, realizado dentro da disciplina de Educação e Saúde do 8° semestre do curso de Nutrição. Levando em consideração o arco, o primeiro passo foi a observação da realidade, que no caso em questão, foi a própria Instituição de Ensino Superior – IES, sendo notório o alto consumo de bebidas adoçadas entre os acadêmicos. No segundo ponto, foram identificados os pontos chave, sendo eles a disponibilidade dos produtos, falta de opções de sucos naturais sem açúcar, a preferência e o preço das bebidas adoçadas. Dessa forma, foi feito o terceiro passo, a teorização, onde foi encontrado na literatura diversos artigos sobre o tema, para o embasamento metodológico da ação. Para o quarto passo, a hipótese de solução, foi desenvolvida uma ação educativa sobre os malefícios do consumo excessivo de bebidas adoçadas bem como um jogo para que os participantes tentassem identificar a quantidade de açúcar de cinco produtos diferentes e depois auxiliados na leitura dos rótulos para a correção do jogo. No quinto e último passo, foi feita a aplicação da educação em saúde à realidade, onde foi feita a ação nos corredores na IES onde houve boa adesão, participação e troca de conhecimento entre os participantes docentes e discentes. **Resultados:** A ação efetuada no mês março de 2023 nos corredores da referida IES e contou com a participação de aproximadamente 40 pessoas, no qual o tema proposto foi apresentado e a educação em saúde realizada aos grupos de alunos e colaboradores do local. Alguns deles mostraram-se surpresos em relação as quantidades de açúcar nas bebidas exemplificadas e também sobre os dados epidemiológicos sobre a obesidade. Em relação ao jogo proposto, os participantes foram bem ativos durante a execução, questionando uns aos outros, em seguida, tirando as dúvidas com a equipe que apresentava a ação. **Conclusão**: A educação em saúde teve boa adesão por parte do público, onde os mesmos mostraram interesse ao tema abordado, fazendo questionamentos pertinentes ao tema e participando ativamente do momento lúdico proposto. Vale ressaltar a importância do tema abordado devido aos índices de obesidade atuais e também na formação dos acadêmicos em relação as ações educativas para o público geral.

**Descritores:** Bebidas adoçadas; Obesidade; Educação em saúde.

**Referências**

BRASIL. Ministério da Saúde. **Como identificar o açúcar escondido nos alimentos**. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em : <https://www.gov.br/inca/pt-br/assuntos/causas-e-prevencao-do-cancer/dicas/alimentacao/como-identificar-o-acucar-escondido-nos-alimentos#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Organiza%C3%A7%C3%A3o,de%20dez%20colheres%20de%20ch%C3%A1>). Acessado em: 01 abr. 2023.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE – OPAS. Tributação das Bebidas Adoçadas no Brasil. **OPAS/OMS**, 2021. Disponível em: https://www.paho.org/pt/documentos/relatorio-tributacao-das-bebidas-adocadas-no-brasil. Acesso em: 1 abr. 2023.

SILVA, D. C. G.; SEGHETO, W.; AMARAL, F. C. S.; REIS, N. A.; VELOSO, G. S. S.; PESSOA, M. C.; NOVAES, J. F.; LONGO, G. Z. Consumo de bebidas açucaradas e fatores associados em adultos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 899-906, 2019. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1413-81232018243.05432017. Acessado em: 01 abr. 2023.